ज्योतिर्मय

Online Journal of Literature....

साहित्याचे विद्यापीठ

❑ पुणे ❑ वर्ष १ ले ❑ अंक ४९ वा ❑ मंगळवार दि.२५ मार्च २०२५ ❑ पाने ४ ❑ मूल्य : निशुल्क (खासगी वितरणासाठी)

विशेष लेख...

दहशतवादाच्या सावलीत समृद्ध पाकिस्तान ?

– प्रा डॉ सुधीर अग्रवाल

ज्योतिर्मय साहित्य

हॅपीनेस इंडेक्सचा हा अहवाल धक्कादायक आहे. खरंतर, गेल्या काही वर्षांपासून पाकिस्तान आर्थिक संकटाचा सामना करत आहे. गेल्या वर्षी येथे मोठी राजकीय उलथापालथही झाली होती. या काळात असे अनेक व्हिडिओ समोर आले ज्यात महागाईमुळे पाकिस्तानातील लोक उपाशी होते.एवढेच नाही तर पाकिस्तानमध्ये आजकाल दहशतवादी घटनांमध्येही वाढ झाली आहे. येथे दररोज काही ना काही स्फोट होत आहेत, ज्यामध्ये शेकडो लोक आपले प्राण गमावत आहेत. त्या तुलनेत, भारतात बऱ्याच प्रमाणात सुरक्षित वातावरण आहे. असे असूनही, पाकिस्तान भारतापेक्षा वरच्या स्थानावर आहे.

आंतरराष्ट्रीय आनंद दिनानिमित्त, संयुक्त राष्ट्रांनी आनंद निर्देशांक २०२५ जारी केला आहे. या यादीत १४७ देशांना स्थान देण्यात आले आहे. आनंदी देशांच्या यादीत फिनलंड अव्वल स्थानावर आहे. गेल्या ८ वर्षांपासून हा देश आनंद निर्देशांकात पहिल्या क्रमांकावर आहे. याशिवाय, या यादीत डेन्मार्क दुसऱ्या स्थानावर, आइसलँड तिसऱ्या स्थानावर, त्यानंतर स्वीडन आणि नेदरलँड्स पाचव्या स्थानावर आहेत.

जगातील १४७ देशांच्या यादीत भारताचा क्रमांक ११८ वा आहे. याचा अर्थ असा की लोकांच्या आनंदाच्या बाबतीत भारताची परिस्थिती फारशी चांगली नाही, जरी गेल्या वर्षीच्या तुलनेत भारताची परिस्थिती सुधारली आहे. गेल्या वर्षी भारत १२६ व्या स्थानावर होता. आश्चर्याची गोष्ट म्हणजे २०२५ च्या आनंद निर्देशांकात पाकिस्तानचे स्थान आपल्यापेक्षा चांगले आहे. भारताच्या तुलनेत, पाकिस्तान ९ स्थानांनी वर आहे आणि १०९ व्या स्थानावर आहे. अशा परिस्थितीत आपल्याला कळेल की पाकिस्तानचे लोक भारतापेक्षा जास्त आनंदी का आहेत? या यादीत त्याला हे रँकिंग का मिळाले?

अहवालानुसार, देशाची समृद्धी निश्चित करण्यासाठी अनेक निकष आहेत. या काळात केवळ आर्थिक विकासच दिसत नाही तर परस्पर विश्वास, सामाजिक बंधन, आरोग्य आणि स्वातंत्र्य देखील दिसून येते. अहवाल तयार करताना, लोकांना त्यांच्या जीवनाबद्दल प्रश्न विचारले जातात. भारत आणि पाकिस्तानच्या बाबतीत, सर्वेक्षणाचा नमुना आकार देखील महत्त्वाची भूमिका बजावतो. खरं तर, पाकिस्तानची लोकसंख्या भारतातील सर्वाधिक लोकसंख्या असलेल्या उत्तर प्रदेशपेक्षा थोडी जास्त आहे. तर भारत हा जगातील सर्वात जास्त लोकसंख्या असलेला देश आहे. अशा परिस्थितीत, दोन्ही देशांच्या नमुना आकारात मोठा फरक आहे.

२०२५ च्या आनंद निर्देशांकात जगातील १४७ देशांचा समावेश करण्यात आला आहे. यामध्ये अफगाणिस्तानला सर्वात खालच्या स्थानावर ठेवण्यात आले आहे. याचा अर्थ हा जगातील सर्वात दुःखी देश आहे. अफगाणिस्तानच्या वर सिएरा लिओन, लेबनॉन, मलावी आणि झिम्बाब्वे आहेत. हे जगातील पाच सर्वात दुःखी देश आहेत.

प्रणाली प्रकाशनाचे ‘फकीर गुरू’ पुस्तक प्रकाशित

डॉ.पी.एस. आगरवाल लिखित फकीर गुरू पुस्तकाचे प्रकाशन संपन्न

ज्योतिर्मय साहित्य

पुणे (पिंपरी) – स्वत: कफल्लक राहून संतांनी फकिरी वृत्तीने समाजप्रबोधन केले. फकीर गुरू तोच कित्ता गिरवत आहे असे विचार ह.भ.प. किसनमहाराज चौधरी यांनी पिंपळे गुरव येथे गुरुवार, दिनांक २० मार्च २०२५ रोजी व्यक्तव्य केले. प्रणाली प्रकाशन आणि दिलासा साहित्य सेवा संघ आयोजित तसेच ज्येष्ठ साहित्यिक डॉ.पी.एस. अगरवाल लिखित फकीर गुरू या पुस्तकाच्या प्रकाशन सोहळ्यात किसनमहाराज चौधरी बोलत होते. वृक्षमित्र अरुण पवार कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी होते. तसेच साहित्यिक सुभाष चव्हाण, गुणवंत कामगार संदीप पोलकम, डॉ. पी.एस. अगरवाल, प्रकाशिका शामला पंडित (दीक्षित), दिलासाचे संस्थापक –अध्यक्ष सुरेश कंक यांची व्यासपीठावर आणि ज्येष्ठ कवयित्री राधाबाई वाघमारे, शोभाताई जोशी, अशोक महाराज गोरे, कैलास भैरट, जयश्री श्रीखंडे, जयश्री गुमास्ते, नीलेश शेंबेकर, बाळकृष्ण अमृतकर, अण्णा जोगदंड, आनंद मुळूक, हेमंत जोशी, भाऊसाहेब गायकवाड, भरत शिंदे यांची सभागृहात प्रमुख उपस्थिती होती. ह.भ.प.किसन महाराज चौधरी पुढे म्हणाले की, गुरू अज्ञानाचा अंधकार दूर करून ज्ञानाची प्रकाशवाट दाखवत असतो ! सुभाष चव्हाण यांनी शुभेच्छापर मनोगत व्यक्त केले. सुरेश कंक यांनी ‘‘हवा के साथ साथ’’ आणि ‘‘सुन के तेरी पुकार’’ या गीतांच्या माध्यमातून पुस्तकावर मार्मिक भाष्य केले. याप्रसंगी डॉ. पी. एस. आगरवाल यांनी आपल्या मनोगतातून, देशात, जनतेत आणि शासनात बोलघेवड्यांचा सुकाळ आला असून कृतिशील व्यक्तींचा दुष्काळ आहे. त्यामुळेच समाजातील अनाचार, अनीती अन् भ्रष्टाचार यावर फकीर गुरू या काल्पनिक नायकाच्या माध्यमातून भाष्य केले आहे ! अशा भावना व्यक्त केल्या. छत्रपती शिवाजी

महाराज यांच्या प्रतिमेचे पूजन करून कार्यक्रमाचा प्रारंभ करण्यात आला. तानाजी एकोंडे यांनी प्रास्ताविकातून फकीर गुर या पुस्तकाची निर्मितीप्रक्रिया उलगडून सांगितली; तर शामला पंडित (दीक्षित) यांनी समाजमाध्यमातील लेखन पुस्तकरूपात प्रकाशित करण्यासाठी कटिबद्ध असल्याची ग्वाही दिली.

यावेळी मुखपृष्ठावरील फकीर गुरूच्या प्रतिमेत असलेल्या संदीप पोलकम यांचा विशेष सत्कार करण्यात आला. शरद काणेकर, सूर्यप्रकाश आगरवाल, खुशबू आगरवाल यांनी संयोजनात परिश्रम घेतले. प्रदीप गांधलीकर यांनी सूत्रसंचालन केले. शामराव सरकाळे यांनी आभार मानले.

ज्योतिषतज्ञ संतोष तळेकर महाराष्ट्र राज्यस्तरीय पुरस्कारानी सन्मानित

ज्योतिर्मय साहित्य

पुणे : पुण्यातील विश्व ब्राह्मण समाजसंघ महाराष्ट्र महिला प्रकोष्ठ यांनी महाराष्ट्र राज्य स्तरीय पुरस्कार सोहळ्याचे आयोजन नुकतेच पद्महॉल टिळक रोड येथे केलेले होते. पुरस्कार सोहळ्याचे मुख्य अतिथी मध्यप्रदेशचे पूर्व राज्य मंत्री पंडित श्रीमान.योगेंद्र महंत आणि महाराष्ट्र राज्य संसद सदस्य डॉ.मेघाताई कुलकर्णी यांच्या हस्ते विविध सामाजिक योगदान देणाऱ्या व्यक्तींनां शाल श्रीफळ पुष्पगुच्छ प्रमाणपत्र आणि स्मृतिचिन्ह देऊन गौरविण्यात आले.

छत्रपती संभाजी नगर मधील ज्येष्ठ कलावंत तसेच ज्योतिष तज्ञ म्हणून संतोष तळेकर यांना महाराष्ट्र राज्यस्तरीय पुरस्कारानी सन्मानित करण्यात आले.

छत्रपती संभाजी नगर मधील.संतोष तळेकर यांनी गेल्या तीन दशकांपासून आपला अजंठा आर्ट्सचा व्यवसाय सांभाळून अनेक कला गुण छंद जोपासलेले आहेत. संतोष तळेकर १०० हून अधिक आवाजांचा बहारदार मिमिक्रीचा कार्यक्रम करतात. न्यूमोरोलॉजी (अंकगणितशास्त्र) पोनोलॉजी ज्योतिष, पायथागोरस, लोशोग्रेड ज्योतिष, त्याच बरोबर आपल्या जन्म तारखेवर आणि आपल्या मराठी हस्ताक्षरावरुन ज्योतिषशास्त्रा नुसार आपल्या भविष्याची वाटचाल कशी असेल याची तंतोतंत उकल संतोष तळेकर करतात.विशेष उल्लेखनीय गोष्ट अशी संतोष तळेकर कसल्याही प्रकारचे मानधन न घेता त्यांनी हजारो लोकांना मार्गदर्शन करुन त्यांच्या जीवनाला नवी दिशा..नवी आशा दिलेली आहे.

छत्रपती संभाजीनगर मधील अशा अलौकिक कलावंत ज्योतिष तज्ञाला दिलेला हा पुरस्कार म्हणजे छत्रपती संभाजी नगरवासीयांच्या शिरपेचात मानाचा तुरा खोवला गेला आहे हे बाकी खरं...अशा निस्वार्थी कार्य करणाऱ्या संतोष तळेकरांना दैनिक ज्योतिर्मयचा मानाचा मुजरा.

लक्षवेधी छायाचित्र....

शू... ! मी फोटो श्यूट करतेय...!

(छाया : संजय दारमवार, मुंबई)

– विद्यावाचस्पती विद्यानंद
Mobile: +917709612655
Email: vidyavachaspati.vidyanand@gmail.com

आनंदी पहाट...

व्यवहारातील विश्वास महत्वाचा

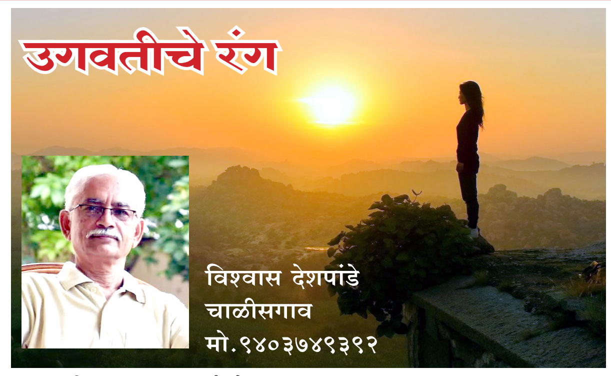
ज्योतिर्मय साहित्य

आपल्यापैकी अनेकांना सतत भेडसावत असलेली समस्या म्हणजे एकमेकांच्या व्यवहारातील अविश्वसनीयता. आपण कितीही विश्वासाने व्यवहार केला तरीही, त्याची अंतिम परिणती काय असेल काहीच समजत नाही. आयुष्यभराची जमापुंजी वार्धक्यात उपयोगी पडावी आणि जोपर्यंत वापरावी लागत नाही तो पर्यंत चांगला परतावा येईल ह्या माफक अपेक्षेने एखाद्या खाजगी उद्योगांत, खाजगी बँकेत गुंतवणूक करण्याच्या हेतूने जमा करून ठेवावी, इतका प्रांजळ दृष्टीकोन समोर ठेवून केलेला व्यवहार विश्वसनीय ठरेलच ह्याची खात्री नसते. ह्याबाबतीत आपण अभ्यासपूर्वक विचार न केल्यामुळे अथवा भूल–थापांना बळी पडल्यामुळे आणि अधिक फायद्याचा हव्यास केल्यामुळे फसगत आणि कालांतराने पश्चाताप झाल्याची अनेक उदाहरणे आपल्याला ज्ञात आहेत. अनेकदा एकाच कुटुंबातील व्यवहारात देखील कटुता आल्याचे आणि आपापसातील वाद चव्हाट्यावर आल्याचे आपल्याला कळते. नाते आणि व्यवहार एकाच तराजूमध्ये तोलायला सुरुवात झाली कि आपापसातील व्यवहारामुळे नाती संपुष्टात आल्याचे अनेकदा आपल्याला दिसून येते.

कोणत्याही व्यवहाराला आणि नातेसंबंधाला सुद्धा आपण कितीही कायद्याच्या चौकटीत ठेवायचं ठरवले तरीही, सरतेशेवटी त्याचा संबंध विश्वासाशीच येतो. मुळाक्षरे, बाराखडी अथवा वर्णमाला सगळेच शिकत असतात. पण ह्या वर्णमालेत सुसंवादातला ‘‘सु‘‘ मिसळला तर त्याचीच सुवर्णमाला तयार होत असते. ही सुवर्णमाला तयार करण्यासाठी आपल्याला आश्वस्त करणारा विश्वासच महत्वाचा आणि त्यामुळेच आवश्यक असतो. म्हणूनच आश्वस्त करणारा विश्वास हा श्वासाइतकाच महत्वाचा असतो, ह्याची सतत जाणीव ठेवणे आवश्यक असते. प्रमुख्याने पती–पत्नीच्या नाजूक नात्याच्या बाबतीत तर एकमेकांमध्ये आश्वासकता टिकवून ठेवणारा विश्वास असावा लागतो. अलीकडच्या काळांत मात्र त्यांच्यातील विश्वासाला अगदी लहानसहान बाबींमुळे तडा जाताना दिसत आहे.

दक्षिण भारतातील अप्रतिम मंदिरे (भाग दोन)

ज्योतिर्मय साहित्य

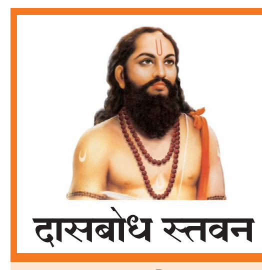


विश्वास देशपांडे
चाळीसगाव
मो.९४०३७४९३९२

दक्षिण भारतातील या मंदिरांचा बाह्य भाग जेवढा आकर्षक दिसतो, तेवढाच आकर्षक आतील भाग आहे. आतील मुर्त्या, कोरीव काम, नाजूक पण सुंदर अशी गुंतागुंतीची नक्षी मन मोहून टाकते. मंदिरात प्रवेश केल्यानंतर गर्भगृहात आपल्याला भगवान विष्णूंची अतिशय सुंदर अशी मूर्ती दृष्टीस पडते. या गर्भगृहाच्या वर अप्रतिम असं नक्षीकाम केलेलं मकर तोरण आहे. त्याच्या मध्यभागी लक्ष्मी आणि विष्णूंचे शिल्प आहे तर खाली दोन्ही बाजूला भगवान विष्णूंचे द्वारपाल आहेत. या द्वारपालांच्या मूर्ती देखील इतक्या रेखीव आणि प्रमाणबद्ध आहेत की त्या जिवंत वाटतात. द्वारपालांनी परिधान केलेले अलंकार लक्षवेधक आहेत. या द्वारपालांच्या पाठीमागे देखणी प्रभावळ आहे. द्वारपालांच्या हातात शंख आणि गदा ही भगवान विष्णूंची आयुधे आहेत. हे द्वारपाल जणू सूचित करतात की गर्भगृहाच्या आत कोणीही अपवित्र व्यक्ती जाता कामा नये. व्यक्ती मनाने आणि शरीराने पवित्र असावी. सोवळे नेसूनच आत प्रवेश करता येतो.

गर्भगृहात दोन प्रकारच्या मूर्ती आपल्याला पाहायला मिळतात. एक म्हणजे काळ्या पाषाणातून घडवलेली सहा फुटांची भगवान विष्णूंची मूर्ती आणि दुसरी म्हणजे पूजेसाठी वापरली जाणारी धातूची मूर्ती. या मूर्तींना अनुक्रमे अचल आणि चल मूर्ती म्हटलं जातं. पूजेसाठी जी वापरली जाते ती चल मूर्ती. ती धातूची असून रथोत्सवासारख्या विशेष प्रसंगी बाहेर काढली जाते. पाषाणातून घडवलेली आणि प्रतिष्ठापना केलेली ती अचल मूर्ती. विष्णू मूर्तीच्या प्रभावळीवर विष्णूचे दहा अवतार कोरलेले दिसतात. येथे फोटो काढण्यास मनाई असल्याने भगवंताचे रूप डोळ्यात आणि मनात साठवावे हेच उत्तम !

भगवंताचे दर्शन घेतल्यानंतर आपलं लक्ष वेधून घेतात ते मंदिरातील स्तंभ. इतके आकर्षक स्तंभ अन्य कुठे क्वचितच बघायला मिळतात. प्रत्येक स्तंभ, त्यावरील नक्षीकाम वेळ काढून बघत राहावं इतकं अप्रतिम आहे. एरव्ही कागदावर काढण्यासही कठीण असं नक्षीकाम या दगडांवर कोरलेलं आहे.आजच्या काळात एखाद्या अत्याधुनिक लेथ मशीनवर घासून गुळगुळीत केल्यासारखे हे स्तंभ वाटतात. त्यामुळे एक हजार वर्षांपूर्वी अशा प्रकारचा परिणाम त्यांनी कसा साध्य केला असेल असा प्रश्न पडल्याशिवाय राहत नाही. प्रत्येक स्तंभावर एकावर एक असे रचलेले पाच थर आहेत. ते एकमेकांशी इंटरलॉक पद्धतीने जोडलेले आहेत. हे लॉकींग एवढं मजबूत आहे की शेकडो वर्षानंतर त्यांचा भक्कमपणा आजही कायम आहे. असे तब्बल ४८ स्तंभ या मंदिरात आहेत. असं म्हणतात की विजयनगर साम्राज्याच्या काळात इ.स. १३८१ मध्ये या मंदिरावर आक्रमण होऊन त्याचा काही भाग नष्ट झाला होता. या मंदिराच्या पडणाऱ्या भागाला सावरून धरण्यासाठी, आधार देण्यासाठी या स्तंभांची निर्मिती केली गेली. **(क्रमश:)**



उज्वला धर्माधिकारी,
पुणे, मो. ७५८८२ ३५६४६

विरक्त लक्षण

ज्योतिर्मय साहित्य

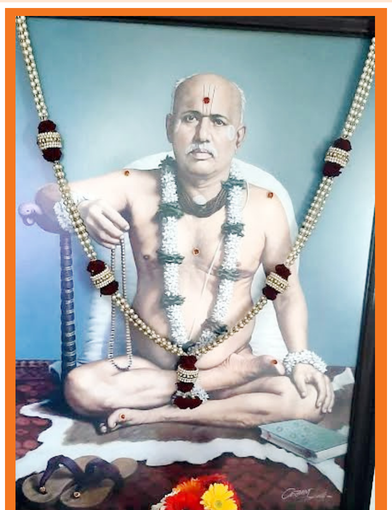
भगवंताचे प्रेम ऊदय पावल्याची अवस्था, वासना क्षीण झाल्याची अलीप्तपणाची अवस्था योगाभ्यासाने येणारी अवस्था, ध्यान साधल्यावरची अवस्था, देहाचे भान लोपल्यावर होणारी अवस्था, तुर्या पचनी पडल्यावरची अवस्था यासर्व साक्षात्कार लक्षणाचे ज्ञान विरक्ताला असावे.

विरक्त योगी असावा,योगक्रिया, योगासने, विधी व विधानाचेज्ञान अवगत असावे. विरक्ताकडे आपपर भाव नसावा. सगगळ्यांशी प्रेमाने सौदाहर्याने तन, मन, धन देऊन आदर्शवादी जीवन अंगीकारलेले असावे. तो लोभी नसावा.थोडक्यात काय तर विरक्ताने जगन्मित्र असावे.मोकळे व बंधनमुक्त जीवन जगावे. पण आपल्या पासून कुणालाही त्रास होणार नाही याची काळजी घ्यावी. शास्त्राच्या सर्व अंगाचा विचार करू, अभ्यास पूर्ण वर्तन करून भगवंत प्राप्तीची ईच्छा असणाऱ्या सर्व समाजाला शुध्द साधन मगर्गाला लावावे. परमार्थ सांगत असताना समाजमनावर जर शंकांचे गारूड असेल तर ते दूर करावे.

विरक्त स्वत:भगवंत भक्तीत लीन झालेला असावा . तो सदवर्तनी,सदाचारी, हठयोगी, ऊत्तम वक्ता, प्रवाहीवाणी, आरोग्यसंपन्न, पराकोटीचा भक्तीमार्ग अवलंबणारा असावा.

मित्रांनो या समासातील संतवचने मला जेवढी समजली, ऊमजली तेवढी श्रोत्यापुढे मांडण्याचा प्रयत्न केला. काही ऊणे असेल तर माझ्या कडे अधिक असेल ते समर्थाच्या चरणांशी भावसुमनांजली समजून वहाते व विरक्त लक्षणनाम समास नववा समाप्त करत आहे.

श्रीराम जय राम जय जय राम
जय जय रघूवीर समर्थ



श्री ब्रह्मचैतन्य गोंदवलेकर महाराज

अखंड समाधानाचा मार्ग ।

ज्योतिर्मय साहित्य

चित्तात राखावे समाधान ।। चित्तांत ज्याचे राहिले समाधान । तोच भगवंताचा आवडता जाण ।। ज्याचा विश्वास रामावरी । त्याला समाधान स्वीकारी ।। माझे हित रामाचे हाती हा धरिता विश्वास । समाधान मिळत असे जीवास ।। दु:ख ही परमात्म्याची इच्छा जाणून जो भगवंताचा झाला । त्याला देह प्रारब्धावर टाकता आला ।। प्रारब्धाने देहाची स्थिति । हे सर्वच सांगती । पण त्यात मानता येते सुख समाधान । ध्याता एक रघुनंदन ।। तात्पुरते काही तरी औषध घ्यावे । देहाच्या लोभात न सापडावे ।। माझे सांगणे दुजे नाही । जोवर श्वासोच्छवास देही । तोंवर मुखी नाम पाही ।। तरीपण मी सांगतो एक । ठेवावा रामावर विश्वास । तोच साह्यकारी होईल खास ।।

असावे शुद्ध आचरण । करावे भगवंताचे स्मरण ।। कर्तव्याची ठेवावी जागृति । त्यात भगवंताची राखावी स्मृति ।। नामाविण नाही दुजे साधन । हे सांगत आले सर्व संतजन ।। देहाचे अस्तित्व भगवंतासाठी। याहून नाही दुजी उच्च प्राप्ति ।। देहाचे भोग देहाचे माथी । ऐसे सर्व सांगती । परि एक वाटतसे चित्ता । ते दूर होतील एक भगवंत चिंतिता ।। भगवंतावाचून देहाचे सुखभोग । हे न मानिती साधुसज्जन ।। आता जगणे रामासाठी । हा निश्चय मानावा चित्ती ।। जगातील वैभव ऐश्वर्य संपत्ति । लौकिक आणि कीर्ति । हे परमात्म्यावाचून मातीमोल साधुसंत गणती ।। आजवर झाले कष्ट फार । देहाचा भरवसा धरून थोर ।। देहाचे सुखसौख्य आदरसत्कार । हे प्रारब्धाधीन सत्य जाण ।। मुलींनी खेळ मांडला । परि नाही कामाला आला । तैसा प्रपंची थोर झाला । परमात्म्याचा तो न म्हणावा भला ।। रामापरते सत्य नाही । श्रुतिस्मृति सांगतात हेच पाही ।। आता न ठेवावा जगी भरवसा । राम सखा करावा खासा ।। रामाविण अन्य प्रीति । उपजे देहबुद्धीचे संगती ।। आता राम एकच करी ।। तुझा विसर न पडो अंतरी ।। आता जसे असेल तसे होऊ द्यावे । रघुनाथभजनी असावे ।। मागील झाले होऊन गेले । पुढील येणार येऊ द्यावे भले ।। आत न धरावा हव्यास । हेच वाटे जीवास ।। जे जे करणे आणिले मनी । रामकृपे पावलो जगी । माझे आता काही । दुसरे मागणे नाही।। माझे कोणी नाही । मी कोणाचा नाही । जग आणि देह अगदी माझे नाही ।। जे जे काही दृश्य पहावे। त्याचे रूपांतरच व्हावे । हा नेहमीचा अनुभव ठेविता चित्ती । समाधानाची होय प्राप्ती ।।

जोवर श्वासोच्छ्वास देही । तोवर मुखी नाम पाही ।।

***

विभावरी कुलकर्णी,
मो. ८०८७८१०१९७

बडबड बडबड

ज्योतिर्मय साहित्य

परिचित शब्द आणि कृती आहे ना ? अगदी लहान असल्या पासून म्हणजे शब्दही बोलता येत नसतो तेव्हा पासून सुरु होणारी कृती. भावना शब्दात व्यक्त करण्याचे प्रभावी साधन म्हणजे बोलणे. जास्त बोलणे झाले, नकोसे वाटले की त्याची बडबड होते. मग मोठी माणसे म्हणतात कीती टकळी चालू आहे? आणि बायका जमतात तिथे तर या बडबडीचा उच्चांक असतो. एक असेच हास्य चित्र बघण्यात आले होते. दोन महिलांच्या बोलण्यातून वीज निर्मिती करुन त्यावर रेल्वे चालली आहे असे चित्र होते. यातील अतिशयोक्ती सोडली तर महिला बडबड करतात हे सत्यच आहे. आणि त्याच मुळे त्या मानसिक ताणातून बाहेर पडतात. आणि सर्वात जास्त त्या कोणाशी बोलत असतील? असा विचार आला आणि जरा शोधशोध केली, मैत्रिणींशी चर्चा (म्हणजे परत बडबडच) केली. आणि आश्चर्य म्हणजे असे समोर आले, की महिला सर्वात जास्त स्वत:शी बोलतात. आणि मग स्वत:च स्वत:चे निरीक्षण केले. आणि खूपच गंमत वाटली.

अगदी झोपेतून उठल्या पासून याची सुरुवात होते. सकाळी उठताना

चला उठा, कामे खोळंबली आहेत. उशीर झाला तर सगळाच उशीर होणार. आयता चहा कोण देणार ? चला चहा करा आणि सगळ्यांना उठवा.

मॉर्निंग वॉकला गेल्यावर

जा बाई जोरात. स्लिम व्हायचे आहे ना. मला काही फरक पडत नाही. मी माझ्याच वेगाने चालणार.

कोणत्याही मीडियावर नवीन लेख दिसला

बरं हिला रोज सकाळी सकाळी मोबाईल घेऊन बसायला जमते. माझी तर कामेच संपत नाहीत. चला आवरायला हवे.

दुपारी विश्रांतीच्या वेळी

आता जरा पडते. फक्त कोणी यायला नको. आणि कंपनीचा फोनही यायला नको. त्यांना हिच वेळ सापडते. जरा पडले की ऑफरचा फोन करतात.

दुसऱ्याचे स्टेट्स बघून

बरा स्टेट्स बदलायला वेळ मिळतो. कुठे कुठे भटकतात कोण जाणे? आणि असले कपडे या वयात शोभतात का?

दुपारी उठल्यावर

चला आवरायला हवे. आता एकेक जण घरी यायला लागेल.मग त्यांचे चहा पाणी.मी घरीच असते ना, मला काय काम? (असे सगळे म्हणतात. एकदा घरातली कामे करुन बघा, म्हणजे कळेल.) असे म्हणून सगळीच कामे करावी लागतात.

रात्री झोपताना

झालं एकदाचं आवरुन. कोणी मदत करत नाही. हातावर पाणी पडले की सगळे सोफ्यावर मस्त गप्पा मारत बसणार. आणि मी किचन आवरणार. कधी कधी वाटते तसेच पडू द्यावे. पण तो स्वभाव नाही ना.

मध्यरात्री जाग आल्यावर

अगं बाई आत्ता कुठे तीनच वाजले आहेत. झोपा अजून दोन तास. नाहीतर उठायच्या वेळी झोप लागायची.

अशी जास्तीत जास्त स्वत:शी बडबड चालू असते. इथे थोडीच बडबड दिली आहे. असे अनंत विचार चालू असतात. यात एक गोष्ट प्रकर्षाने जाणवते, उघडपणे ज्या भावना बोलू शकत नाही त्या मनात बडबड करतो. यात सगळेच असे तक्रार सूर असतात असेही नाही. बरेचदा मी किती नशीबवान आहे. घरातील माणसे माझे कौतुक करतात. नातेवाईक चांगले वागतात, मान देतात. अशीही विधाने असतात. पण ही चांगली विधाने आपण व्यक्त करू शकतो. त्याने कोणाचे मन दुखावले जात नाही. पण तक्रारी, दुखणी, कामे ज्या गोष्टी उघड बोलून कोणी दुखावेल असे वाटते त्याच गोष्टी मनाशी बडबड करतो.

आता मी नाही का मनातली बडबड तुम्हाला सांगितली. कारण तुम्ही सगळी आपली माणसे आहात. माझी ही मनातली बडबड तुम्हाला म्हणून सांगितली. माझी अजून एक गंमत तुम्हाला सांगते. मी ज्यावेळी एकटी वॉकिंग साठी जाते,त्यावेळी अशीच स्वत:शी बडबड करते. आणि गंमत म्हणजे त्यातून एखादी कविता तयार होते. ती विसरु नये म्हणून रस्त्यावरच्या एखाद्या दुकानात जाते आणि तेथून रद्दी पेपर घेऊन त्यावर उतरवते. आणि घरी येऊन डायरीत लिहिते.

तर माझ्या मनातले आज तुम्हाला सांगितले.तुम्ही पण मनातच ठेवा हं! तुम्हाला म्हणून सांगते. आज सकाळ पासून लिहायचे म्हणते,पण वेळ कुठे होतोय. शेवटी आज संध्याकाळी फिरायला न जाता लिहिले तेव्हा कुठे हे लिहिता आले.

नीतिशतक निरूपण

अनुवाद आणि निरूपण
ह.भ.प.चंद्रहास शास्त्री सोनपेठकर

ज्योतिर्मय साहित्य

सत्याऽनृता च परुषा प्रियवादिनी
हिंस्त्रा दयालुरपि चार्थपरा वदान्या।
नित्यव्यया प्रचुरनित्यधनागमा
वाराङ्गनेव नृपनीतिरनेकरूपा ।।

अर्थ – राजनीती ही वारांगणेप्रमाणे अनेक रूपांनी युक्त असते. ती सत्यावर आधारलेली असते, तशी असत्यावर देखील. ती कठोर वाणी बोलते, तसे प्रिय वाणी देखील बोलते. ती हिंस्र असते, तशीच दयालु देखील असते. अर्थास श्रेष्ठ मानणारी ती असते, तसेच ती उदारही असते. ती नेहमी व्यय करावयास लावते, तसेच मोठ्या प्रमाणात धन घेऊनही येते.

राजकारणाचे चंचल रूप या श्लोकात कवीश्रेष्ठ भर्तृहरींनी समर्पक शब्दांत प्रतिपादन केले आहे. काळ, स्थिती, व्यक्ती आणि स्थळ या नुसार राजकारणातील धोरणांमध्ये बदल करावा लागतो. अर्थात त्यात तत्त्वापेक्षा स्थितीचे महत्व अधिक असते.

आरोग्य संजीवनी

वजन कमी करण्यासाठी हळदीचे पाणी प्या !!

ज्योतिर्मय साहित्य

आपल्या घरात अनेक मसाले असतात. त्यांचा उपयोग जेवण बनवण्यासाठी केला जातो. परंतु अनेक मसाले आहेत त्याचा आरोग्यासाठीही फायदा होतो. हळद हा त्यातील एक प्रमुख मसाला आहे.

हळदीत अनेक औषधी गुण असतात, हळदीत अँटीऑक्सिडेंट्स, अँटीइन्फ्लेमेंटरी तसेच अँटीबॅक्टेरियल गुण असतात. त्यामुळे अनेक आजारांचा धोका कमी होतो. हळद आरोग्यासाठी फायदेशीर आहे. हळदीमुळे रोगप्रतिकारक शक्ती वाढते तसेच वजन कमी होण्यासही मदत होते. यासाठी जाणून घेऊया हळदीचे पाणी कसे बनवावे आणि त्याचे इतर फायदे.

असे होते वजन कमी :-

हळदीत पोषक तत्व असतात, त्यामुळे वजन कमी होण्यास मदत होते. हळदीत पॉलेफेनॉल करक्यूमिन कम्पाऊंड असतं त्यामुळे वजन कमी होण्यास मदत होते. वजन कमी करण्यासाठी पाण्यात हळद घालून प्यावे.

असे बनवा हळद पाणी :-

हळदीचे पाणी बनवण्यासाठी हळदकुंडाची कुटलेली हळद घ्या. त्यात दोन कप गरम पाणी टाका. त्यानंतर त्यात मध मिक्स करा. पाणी थोडे कोमट झाल्यानंतर या पाण्याचे सेवन करा. शक्यतो रिकाम्या पोटी हे पाणी प्या त्यामुळे वजन लवकर कमी होण्यास मदत होती.

संकलन –
डॉ. प्रमोद ढेरे (निसर्ग उपचार तज्ञ)
पिंपरी–चिंचवड, पुणे.
आरोग्यविषयक व्याख्याते व लेखक
संपर्क – ९२ ७१ ६६९ ६६९

हळदीचे पाणी पिण्याचे फायदे :-

हळदीचे पाणी प्यायल्यास वजन कमी होण्यास मदत होतेच, शिवाय रिकाम्या पोटी हळदीचे पाणी प्यायल्यास सांधेदुखी दूर होते. हळदीत अँटीबॅक्टेरियल आणि अँटीव्हायरल गुण असतात, त्यामुळे रोगप्रतिकारक शक्ती वाढते. हळदीचे पाणी प्यायल्यास आजारांपासून लढण्याची ताकद मिळते. हळदीचे पाणी प्यायल्यास सर्दी खोकलाही दूर होतो.

हळदीचे पाणी प्यायल्यास हृदरोगाचा धोका कमी होतो. तसेच हळदीच्या पाण्याच्या सेवनाने कोलेस्ट्रॉलही कमी होतो. हळदीचे पाणी प्यायल्यास रक्ताच्या गाठी तयार होत नाही.

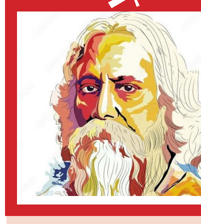
***

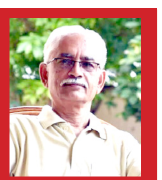
आचरणात आणावे असे

ज्योतिर्मय साहित्य

गरजेच्या वेळी हक्काच्या व्यक्तीने ‘‘ साथ ‘‘ सोडली की ; एकटे पणाची ‘‘ व्यथा ‘‘ कळते जीवनाचा प्रवास काही सोपा नसतो ; ते आपणच ‘‘ सोपा* ‘‘ *करावा लागतो ‘‘ कधी अंदाजाने कधी ‘‘ नजर अंदाजाने जसे मोबाईलच्या स्टेटस पेक्षा आयुष्याचा स्टेटस ज्यास्त म्हहत्वाचा आहे यश ही तुमची सावली आहे तिला पकडण्याचा प्रयत्न करू नका तुमचा मार्ग चालत रहा ती आपोआप तुमच्या मागे येईल म्हणून प्रत्येक व्यक्ती मध्ये गुणवत्ता आणि कमतरता दोन्ही असतात जो मनापासून बघतो त्याला गुणवत्ता दिसते आणि जो तपासून बघतो त्याला कमतरता दिसते जे बदलता येईल ते बदला जे बदलता येत नाही ते प्रामाणिपणे स्वीकारा आणि जे स्वीकारता येत नाही त्यापासून अगदि दूर जा परंतु स्वतः ला मनापासून आनंदी ठेवा म्हणून चुका शोधण चुकीचं नाही फक्त सुरुवात मात्र स्वतःपासून करायला हवी अहंकारात बुडालेल्या व्यक्तीला ना स्वतःची चूक दिसते ना दुसर्यांने सांगितलेले चांगले विचार समजतात. दुःखाचे ‘‘ लाड कमी ‘‘ केले की ‘‘सुख नाराज‘‘ होत नाही .... औदार्य हा असा ‘‘ गुण ‘‘ आहे ; जो ‘‘ पदाने ‘‘ प्राप्त होत नाही .... तर .... ‘‘ संस्काराने ‘‘ प्राप्त होतो. म्हणून जीवनाचा खरा अर्थ जोपर्यंत माणसाला समजत नाही तोपर्यंत अनर्था शिवाय त्याच्या पदरात दुसर काही पडेल असे संभवत नाही चांगले काम करत असतानाही जर कोणी तुमच्यावर शंका घेत असेल तर त्यांना घेऊ द्या, कारण शंका नेहमी सोन्याच्या शुद्धतेवर असते, कोळशाच्या काळजीवर नाही एखादी व्यक्ती धाडसाने काही जगावेगळे करायला निघाली तर व्यवहारी जगात त्या व्यक्तीची मुर्खातच गणना होते म्हणून सर्वांचे नशिबात सुखाचा भोग लिहीलेला असतो काहींना ओंजळभर मिळते तर काहींना रांजणभर, पण त्यातुन मिळणारा आनंद ज्याला कळला तो जगणे शिकला.

रवींद्रनाथ टागोर





विश्वास देशपांडे,
चाळीसगाव
मो. ९४०३७४९९३२

रवींद्रनाथ टागोर : वारसा आणि कार्य

ज्योतिर्मय साहित्य

या कवितेच्या सात ओळी आहेत. मी म्हणेन की हे इंद्रधनुषी सप्तरंग आहेत. या कवितेच्या पहिल्या ओळीत ते म्हणतात भयशून्य चित्त जेथ, उन्नत सदैव माथा

जगण्याचे स्वातंत्र्य असे असावे की तेथे मन निर्भय म्हणजे भयशून्य असावे. गर्वाने माथा सदैव उन्नत हवा. जिथे भीती असते, लाचारी असते, तिथे माना खाली असतात. माझा देश स्वातंत्र्याचा असा मुक्त स्वर्ग हवा. अशा वातावरणात माझा देश जागृत व्हावा.

हो अनिर्बंध हे ज्ञान, न संकुचिताची व्यथा

ज्ञान हे मुक्त असले पाहिजे, त्यावर कोणतीही बंधने नकोत. ते सर्वांना हवे, सर्वांसाठी हवे. त्या ज्ञानाला नियम, मर्यादांच्या भिंती घालून त्याला संकुचित करता उपयोगी नाही. आज निरनिराळ्या भिंती घालून आपण जगाचे म्हणजे पर्यायाने माणसांचे विभाजन केले आहे. जात, धर्म, पंथ, भाषा, प्रांत इ. अनेक गोष्टींनी माणसामाणसातील मुक्त संबंधाच्या नात्यांना शृंखलांमध्ये बांधून ठेवले आहे. रवींद्रनाथांना कोणतीही बंधने नसलेले मुक्त जग अपेक्षित होते. अर्थातच मुक्त म्हणजे चांगल्या अर्थाने. कारण जेथे हक्क असतात, तेथे कर्तव्यही अपेक्षित असते. पसायदानात ज्ञानेश्वर माउलींना जी संतांची मांदियाळी अपेक्षित आहे, तशीच इथे रवींद्रनाथांना असावी.

गर्भातूनी सत्याच्या ये शब्दांनाही सुंदरता

जे काही बोलले जाईल त्याला सत्याचा आधार असावा. त्यातूनच शब्दांना सौंदर्य प्राप्त व्हावे. सत्याचा आधार नसलेले शब्द म्हणजे केवळ पोकळ शब्दांचे बुडबुडे. जेव्हा रवींद्रनाथांना अपेक्षित असलेला स्वातंत्र्याचा स्वर्ग या भूमीवर अवतरेल, तेव्हा त्यात सत्य, शिव आणि सुंदर ही मूल्यं असतीलच. अशा या जगात शब्द जेव्हा सत्याचा आधार घेऊन येतील, तेव्हा ते सुंदरच असतील यात शंका नाही.

अविरत परिश्रमांनी परिपूर्ण ती कुशलता

अशा स्वातंत्र्याचा स्वर्ग असलेल्या या जगात मानव सततच्या प्रयत्नांनी परिपूर्णतेकडे वाटचाल करील. परिपूर्णतेचा ध्यास त्याला असेल. त्यासाठी अविश्रांत मेहनत, परिश्रम तो करील. त्यातूनच तो स्वतःला आणि भोवतालच्या जगाला सुंदर आणि आदर्श बनवण्याचा प्रयत्न करील.

रूढींना नाही थारा, विचारी अखंड निर्मलता

या जगात निरर्थक, जुनाट झालेल्या रूढी परंपरांना थारा असणार नाही. त्यातील अयोग्य, अमंगल असलेले टाकून चांगले तेवढे स्वीकारार्ह असेल. अंधानुकरण, वाईट विचारांना थारा नसेल. नदीच्या पात्रात घाण, गाळ अडकला की तिची प्रवाहितता खंडित होते, पाणी दूषित होते. पण तो गाळ, ती घाण काढून टाकली की पाणी पुन्हा निर्मळ आणि प्रवाही होते. त्याचप्रमाणे एकदा का हे वाईट, अमंगल, रुढींचे अंधानुकरण करणारे विचार काढून टाकले की निर्मळ विचारांचा प्रवाह अखंड वाहू लागेल.

तव प्रेरणेमुळे ही नव-उन्मेषी व्यापकता

रवींद्रनाथ परमेश्वराला म्हणतात, अशा या जगात तुझ्या कृपेने, प्रेरणेने आमचे विचार आणि कृती सतत विशाल आणि उदात्त होत जातील. म्हणजे जे काही आमच्या हातून निर्माण होईल, ते सुंदर आणि उदात्तच असेल. अखिल मानवजातीच्या हिताचे असेल.

अहिल्यादेवी होळकर यांच्या कार्यावर राज्यस्तरीय चर्चासत्र संपन्न

ज्योतिर्मय साहित्य

करमाड (जि. छत्रपती संभाजीनगर)- अखिल भारतीय इतिहास संकलन योजना, नवी दिल्ली संलग्न इतिहास संकलन संस्था, महाराष्ट्र - देवगिरी प्रांत आणि राजीव गांधी कला, वाणिज्य व विज्ञान महाविद्यालय, करमाड यांच्या संयुक्त विद्यमाने ''पुण्यश्लोक अहिल्याबाई होळकर त्रिशताब्दी जयंती'' निमित्त आयोजित राज्यस्तरीय चर्चासत्र आणि प्रांतीय सर्वसाधारण सभा विद्यार्थ्यांसाठी अभ्यासपूर्ण विचारांची मेजवानी ठरली.

कार्यक्रमाच्या उद्घाटन सत्रात डॉ. राधाकृष्ण जोशी पश्चिम क्षेत्रीय संघटन सचिव, अखिल भारतीय इतिहास संकलन योजना, नवी दिल्ली यांच्या हस्ते दीपप्रज्वलन करण्यात आले. अध्यक्षस्थान प्राचार्य डॉ. एस.एस. मुळे यांनी भूषवले.

यावेळी प्रमुख अतिथी म्हणून संस्था सचिव श्रीमती शैलजा जोशी, डॉ. गीतांजली बोराडे, प्राचार्य डॉ. मुकुंद देवर्षी, डॉ. त्रिंबक पाटील, श्रीरंग गोसावी उपस्थित होते. डॉ. गीताजली बोराडे यांची इतिहास विभाग प्रमुख, डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर मराठवाडा विद्यापीठ, छत्रपती संभाजीनगर या पदावर निवड झाल्याबद्दल शाल, श्रीफळ, पुष्पगुच्छ आणि सन्मानचिन्ह देऊन संस्थेच्या वतीने सचिव श्रीमती शैलजा जोशी यांच्या हस्ते त्यांचा गौरव करण्यात आला.

चर्चा सत्रात बिजभाषण करतांना डॉ पुष्कर शास्त्री यांनी आपली संस्कृती भोगाची नसून त्यागाची असल्याचे स्पष्ट करतांना शिवरायांचा आदर्श ठेऊनच अहिल्यादेवी होळकर यांनी राज्यकारभार समर्थ पणे सांभाळला असे नमूद केले.

परिसंवाद सत्रात ''पुण्यश्लोक अहिल्यादेवी होळकर यांचे कालातीत कार्य'' या विषयावर सखोल विचारमंथन झाले. सत्राच्या अध्यक्षस्थानी डॉ. डिगंबर सोनवणे, प्रमुख, इतिहास विभाग, ज्ञानेश्वर महाविद्यालय, नेवासा हे होते. सूत्रसंचालन डॉ. रवी सातभाई यांनी केले.

परिसंवादात डॉ. शांता जाधवर गीते यांनी ''संस्कृतीची पुनर्बांधणी'', डॉ. नम्रता भोसले यांनी ''महिला सबलीकरण'' आणि डॉ. गीतांजली बोराडे यांनी ''कालातीत अहिल्यादेवी'' या विषयावर मांडणी करताना इतिहास, समाज आणि महिला सक्षमीकरणाच्या दृष्टिकोनातून विचार मांडले.

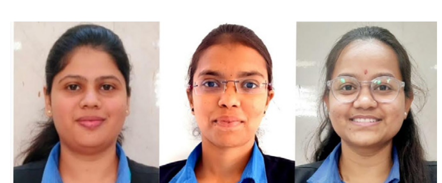
कार्यक्रमाचे संयोजन प्रा. मनोज देवकर, प्रमुख, इतिहास विभाग, राजीव गांधी महाविद्यालय, करमाड यांनी उत्कृष्टपणे केले. त्यांना डॉ. रमेश कचरे, प्रा. योगेश शिंदे, डॉ. ललित गोल्डे, प्रशांत मांठे, डॉ. जयश्री पाटील, रोहिणी जोशी, प्रसन्न वैद्य यांचे सहकार्य लाभले त्यामुळे सर्व सत्रांचे आयोजन, तांत्रिक समन्वय आणि वेळेचे भान ठेवून पार पाडले गेले. या अभ्यासपूर्ण दिवसभरातील कार्यक्रमातून इतिहासप्रेम, संशोधनवृत्ती आणि नेतृत्व घडवण्याचा प्रेरणादायी संदेश देण्यात आला. अहिल्याबाई होळकर यांचे विचार आणि कार्य नव्या पिढीपर्यंत पोहचवण्याचे सामर्थ्य या चर्चासत्राने दाखवून दिले.

श्रीयश प्रतिष्ठानच्या फार्मसी पदवीच्या विद्यार्थ्याचे घवघवीत यश

ज्योतिर्मय साहित्य

छत्रपती संभाजीनगर - डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर तंत्र शास्त्र विद्यापीठाच्या वतीने घेतल्या जाणार्या हिवाळी परीक्षा २०२४ मध्ये श्रीयश इन्स्टीट्युट ऑफ फार्मास्युटिकल एज्युकेशन अँण्ड रिसर्च मधील बी. फार्मसीच्या विद्यार्थ्यांनी घवघवीत यश मिळवले आहे.

यामध्ये अंतिम वर्षातील कु.सुराशे साक्षी संजय (८.८३), कु.मारखेळकर साक्षी संतोष (८.८३), कु. उणे प्रिया (८.८३) यांनी प्रथम, कु.कल्याणी वर्मा (८.६७), कु.नवेरकर शुभदा (८.६७), कु.नवल दुर्गा (८.६७), कु.गव्हाने अपूर्वा (८.६७) यांनी व्दितीय, कु.जाधव श्रद्धा प्रदीप(८.५८), कु.डेंगळे अभिषेख (८.५८) यांनी तृतीय आणि तृतीय वर्षातील कु. वासकर छकुली महावीर (८.४६) हिने प्रथम, कु. खरात शुभांगी गणेश (८.३८) हिने व्दितीय, कु.बाराते दिनांशु ईश्वर (८.०८) याने तृतीय क्रमांक व व्दितीय



कु. मारखेळकर साक्षी संतोष (८.८३) रँक पहिली | कु. सुराशे साक्षी संजय (८.८३) रँक पहिली | कु. उणे प्रिया (८.८३) रँक पहिली

वर्षातील कु.पेरकर श्वेता नितिन (८.५) हिने प्रथम, कु. पवार निकिता ज्ञानेश्वर (८.४२) हिने व्दितीय, कु.अंभोरे श्रेया गंगाधर (८.३३) व कु.हर्ष ज्ञानेश्वर पोलकम (८.३३) यांनी तृतीय क्रमांक मिळवून यश संपादन केले आहे.

या विद्यार्थ्यांच्या यशाबद्दल श्रीयश प्रतिष्ठानचे अध्यक्ष इंजि. बसवराज मंगरूळे, श्रीयश फार्मसीचे प्राचार्य यांनी तसेच शिक्षक व शिक्षकेत्तर कर्मचाऱ्यांनी विद्यार्थ्यांचे अभिनंदन करून त्यांना पुढील उज्ज्वल भविष्यासाठी शुभेच्छा दिल्या.

दुःखास प्राशिण्यची माझी तहान आहे

ज्योतिर्मय साहित्य

कविता म्हणजे काय असते तर कवीच्या सुखदुःखाची सोबतीण, त्याचा ध्यास आणि श्वास म्हणजेच कविता. कवीला कवितेची ओळख एखाद्या शाळेत होते तर कधी महाविद्यालयात.

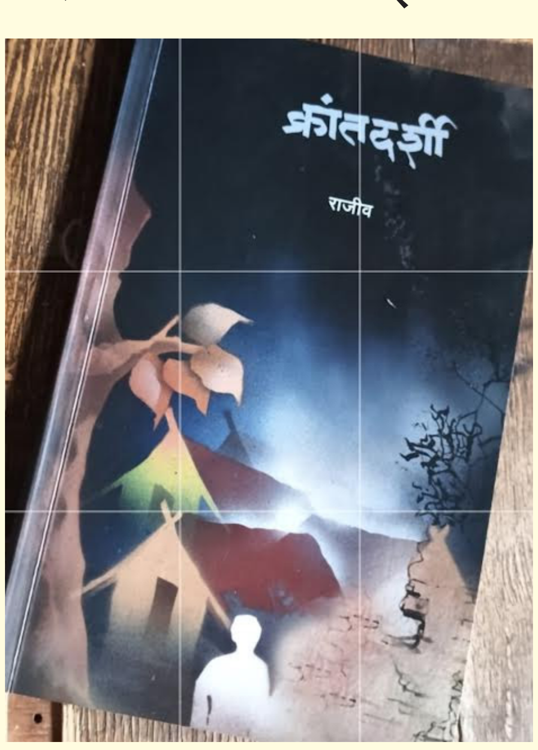
कवी राजीव म्हणजेच चंद्रकांत महामुनी. रेल्वेच्या खडखडात त्यांनी कविता जगली. सतत चिंतनमग्न असा हा कवी. आपल्याच तंद्रीत असतो. त्याची कविता त्याच्या सोबत असते. कवी क्रांतदर्शी आहे. कालाचे त्याला भान नाही. झाडाच्या पानगळीत त्याला शहर उद्ध्वस्त होताना दिसते. जीवन जगताना बरेच काही मागे टाकत जावे लागते, असे कवी म्हणतो.

कवीचे इमान दुष्टावरही प्रीती करण्यात आहे. तो दुःख पिऊन घेतो. कुणी शिव्या दिल्या तरीही त्याला त्या ओव्यासारख्याच भासतात. निंदा करणाऱ्यांचे गीत तो गात असते. समोर येईल त्याला सामोरा जातो. फूल आणि काटे त्याला सारखेच आहेत.

माणसं दान करतात ती अहंकारी होऊन. मात्र तसं ते नसावं कवी दिलेल्या दानासाठी प्रतिदिनी अर्घ्य देत असतो. दात्यानं सर्वांना समभावानं पाहावं आणि मीपणा टाकून पाहायला हवं, असं कवीला वाटतं. जग ही लबाडांची शाळा आहे, असे कवीला वाटते. कवी प्रामाणिक असल्याने असेल कदाचित. आपल्या कवितेवर तो सच्चे प्रेम करतो. पाप पुण्याच्या हिशोबात पाप मात्र पिंडीवर जाऊन बसते. मग पापभीरू कवी हतबल होतो.

आम्ही कोण ही कविता केशवसुत आणि केशवकुमार यांच्या मध्यावरची आहे. ती नेत्यांना दूषण लावते खरी. सद्यःस्थितीचे वर्णन करणारी ही कविता आहे. आम्ही कोण तर जुगार अड्डेवाले, दलबदलू आणि राजकीय पक्षांनी पोसलेले गुंड, सद्गुणांचा नव्हे तर पैसे देणारांचाच सत्कार चौकाचौकात होत आहे.

भुकेनेच भूक मिटत असती तर प्रपंच कशाला केला असा रोकडा सवाल ते करतात. मातीच्या तुकड्यासाठीच इथला झगडा आहे. मरहट्ट्याची छाती



मातीसाठी सिध्द मरायला झाली आहे, असे कवी सांगतो. तृप्तीची ढेकर हेच अंतिम सत्य असते.अखेर त्यालाच तो वंदन करत असतो.

फुल जरी काट्याच्या आधाराने वाढते तरी ते सुगंधाचे धनी असते. सूर्य अंधाराचा नाश करतो म्हणून

पुस्तक परीक्षण

प्रकाश रामचंद्र क्षीरसागर
९०११०८२२९९

त्याला तमारी म्हणतात. माणसाला काय कितीही दिले तरी ते कमीच पडते. आकाशाचे पांघरूण तरी तो उघडाच असतो. अंधसुध्दा डोळे मिटून अंतर्यामी सुखी असतात, असे झणझणीत अंजन कवी रसिकांच्या डोळ्यात घालतो.

कळ ही अशीच अल्पाक्षरी कविता आहे. पंचाक्षरी कविता म्हणू शकतो तिला आपण. जीवनाचे अस्सल तत्त्वज्ञान सांगणारी ही कविता. माणसाला ते दोन पायांची अशुभ जात असे म्हणतात. वारा वाहील तसे ते दिशा बदलतात.

बुलडोझर लावून घर पाडले तरी त्याच मातीतून नवी घरे जन्माला येतील. तसे झाडातून झाड. टाळ ही प्रतीकात्मक कविता. अंधश्रध्देचा फायदा घेऊन चंद्रभागेला किती जवळ करणार असा सवाल ते करतात. मनात असलेले संशयाचे भूत आणि व्याळ करतोय चाळ त्याला शोध आणि जाळून टाक.

अंधश्रध्दा ही कविता अक्षरशः जाळ आहे. त्या ज्वालेत सर्व दुर्गुण खाक होतील, असे कवीला वाटत राहते. जेवणावळीत बसलेल्या कवीला फक्त अन्न दिसते. त्याच्या हातातील घास घशात जाण्यासाठी वळवळत होता. त्याला कुठे डोळे होते मग श्रध्देलातरी कुठे डोळे असणार असा त्याचा सवाल आहे.

क्रांतदर्शी हा संग्रह म्हणजे एक जाळ आहे. ज्वलंत समस्येची ती कविता आहे. लोकांना साक्षर करणारी ही कविता आहे. क्रांतदर्शी अशी ही कविता वाचण्यासाठी नव्हे तर अंगीकारण्यासाठी आहे.

अंगठा फुटावा ही षडाक्षरी कविता. या संग्रहातील उत्तम कविता. कविता म्हणजे फाफटपसारा नव्हे तर कमीत कमी शब्दात व्यक्त होणारी भावना म्हणजे कविता. आपलाही वासुदेव व्हावा आणि आपल्या टोपलीत नव्हे तर गोणीला श्रीकृष्णाने अंगठा लावून मार्ग दाखवावा, असे कवीला वाटते

कविता दिनी या कविता मला अभ्यासता आल्या हे माझे भाग्य. कवीला अभिप्रेत असलेला अर्थ मला उमगला असेलच असे नाही.

क्रांतदर्शी
कवी राजीव (चंद्रकांत महामुनी)
प्रकाशक शब्दशिवार प्रकाशन,
मंगळवेढा, जि. सोलापूर

आठवणीतले बालपण

पिली.... एक आठवण

बंगल्यात कुत्रं घुसत असल्याचे पाहून त्याने त्याला हाड केले...

आणि ते येड पण पळून गेले...

न ऐकणार कुत्रं आज लगेच पळाले हे पाहून उगीचच हसू आले !

ते पळत पळत पुढे जात होते आणि तो विचारात मागे मागे गेलो ते पार शाळेत ९ वी मधे...

दप्तर गळ्यात अडकवलेले...

४/५ मित्र , शाळा सुटल्यावरच्या गबाळ्या अवतारात !

कोणाची तरी टिंगलटवाळी करत आपापल्या घरी...

धिंगाणा करत , हसत बोलत जात होतो आणि आमच्या मागे मागे...

एक छोटे कुत्र्याचे पिल्लू येत होते .अर्थात ते नंतर कळाले...

एकदमच छोटे, करड्या रंगाचे, मस्त डोळे, ऐटीत आमच्या मागे येत होते...

आम्ही टिंगल टवाळी करत हसलो की ते पण आनंदाने आमच्या हास्य विनोदात सहभागी...

उगीचच शेपटी जोरजोरात हलवून, उड्या मारत मारत...

तो तर पहाताक्षणी प्रेमात पडला...

रेडिओवर लागणारे गाणे मनात आले प्रथम तुज पाहता तो काळही तसाच होता म्हणा !

आम्ही शाळेत जाणारी ८ वी ९ विची निरागस मुले...

तेव्हाच्या काळातील...

जास्तीतजास्त कुत्रा, मांजर, पोपट यांच्याच प्रेमात पडायचे स्वातंत्र्य लाभलेले !

तर ते पिल्लू माझ्याच मागे मागे घरी आले...

घरच्याना पण ते आवडले...

मग त्याला दूध, दूध पोळी कुस्करुन, एक ताट, पाणी पिण्यासाठी भांडे...

झोपायला पोते असे सगळे त्याला दिले...

रात्री झोपायच्या आधी सहज डोकावले तर ते जागे होते...

त्याच्या जवळ जाऊन लहान मुलाला थोपटून झोपावंतात तसे झोपवले...

मग मी झोपलो...

चहा घेत घेत सकाळी बाहेर आलो तर ते एकदमच आनंदी झालेले...

माझ्या पायाशी शेपटी हलवत खेळायला लागले ! आईने त्याला दूध दिले,हळूहळू एकाच दिवसात प्रेमात तर पडलोच होतो पण भावनिक पण अडकत चाललो होतो,

४/५ मित्रांपैकी एक मित्र सकाळी लवकरच आला, म्हणाला कालचे कुत्रं कोठे आहे ?...

मी पण लगेच आनंदाने घेऊन गेलो...

त्याने त्याच्या पाठीवरून हात फिरवत उचलले...

मी माझ्या मित्राची ओळख करुन देत होतो अन ते पिल्लू सगळं समजतं असल्यासारखे ऐकत होता...

मित्राने विचारले, याच काही नाव ठेवल का नाही ?

जसे मी नाही म्हणालो तसे तो म्हणाला आपण नाव ठेवू या...

त्याने खाली वाकून पाहिले आणि मला म्हणाला अरे,ही तर कुत्री आहे !...

मी म्हणालो मग काय झाले, आपण राणी असे नाव ठेवू ! मित्र म्हणाला आपण मस्त वेगळे नाव ठेवू...

थोडावेळ विचार केला...

कुत्रीचे नाव काय ठेवावे? काहीतरी वेगळे असेल असे वाटले...

मला म्हणाला आपण हिचे नाव पीली असे ठेवू...

मी चालेल म्हणालो आणि आम्ही दोघानी त्या पिल्लूचा नामसंस्कार केला...

लहान भावा बहिणीला बोलावले आणि सांगितले...

की आपण बारस करत आहोत...

मग देवासमोरची घंटी आणि ताटली वाजवायला सुरुवात केली...

त्याने एका कानात पीली पीली...

आणि मी दुसऱ्या कानात पीली पीली असे ओरडलो...

अशा रीतीने पिल्लूचे बारसे पूर्ण जबाबदारीने पार पाडले...

आमच्या घरात सांगितले हिला पीली म्हणायचे...

या सर्व गोंधळात शाळेची वेळ झाली पळतच शाळेत पोहोचलो...

शाळा सुटली नेहमीप्रमाणे ४/५ मित्र घरी जात होतो...

घर जवळ येताच सकाळी लवकर आलेला मित्र म्हणाला...

यांना पण दाखव ना ते पिल्लू !

मी पण उत्साहाने पीली पीली अशी हाक मारली...

अन माझा आवाज ऐकून ती पळतच बाहेर आली...

मित्रांनी कौतुक केले पण एक मित्र चिडला...

आणि नर्व्हस होऊन निघून गेला...

तसा माझा मित्र म्हणाला...

तुला माहित आहे का?

तो लगेच का निघून गेला? मी नकारार्थी मान हलवून पूर्ण करायच्या आधीच मला म्हणाला...

त्याच्या शेजारी एक मस्त मुलगी रहाते तिचे नाव पीली आहे !

आता त्या मित्राचा सर्व आगाऊपणा कळाला पण...

राग न येता त्याच्याकडून आगाऊपणा कसा करावा याचे शिक्षण घेण्यास सुरुवात केली...

शालाबाह्य शिक्षण पण महत्वाचे ना !

९ वीचे वर्ष,शेवटचा दिवस आणि शेवटचा तास...

सर मस्त गप्पा मारत होते...

आता तुम्ही दहावीत जाणार,तुम्हाला पुसटशी अंडरलाइन आली आहे !

पुढील वर्ष महत्वाचे !

एक पोगो पहाणारा मित्र उठला,सर अंडरलाइन म्हणजे काय ?

सर म्हणाले मिशा येत आहेत ना !

आता तुम्ही इम्पॉर्टन्ट झाला !

सरांच्या या उत्तरावर मग आगाऊ मित्राने अतिशय विनम्र पणे...

भोळा बावडा प्रश्न केला...

पण सर मुलीना तर मिशा येत नाही ना !

मग त्या इम्पॉर्टन्ट झाल्या हे कसे ओळखायचे ?

सगळा वर्ग हसायला लागला !

वर्ष अखेर शेवटी सरांची इच्छा नसतानाही त्याला तुडवून केली...

असो !

तर सर्व एस एस सी च्या तयारीला लागले...

दिवस भराभर जात होते... घरचे बाहेरचे प्रोत्साहन या नावाखाली टेन्शनच देत असायचे !

मी शाळा,अभ्यास वगैरे रुटीन माझे मी करुन टाकले होते...

आमची पीली माझ्यामागे मागे सतत असायची...

रोज थोडा वेळ तिच्या बरोबर खेळत असे तेव्हाच ती शांत होत असे...

शेवटी शेवटी केव्हा एकदाची परीक्षा होते आणि कॉलेज मधे जातो याची स्वप्ने पहात होतो...

आणि एक दिवस आई म्हणाली पीली आई होणार आहे !

पण तू अभ्यासाकडे लक्ष दे...

मी पिलिकडे पाहिले, खुश झालो, व पीलीला दूध दिले...

पीलीला दोन अंडी दिली...

पीली खुश झाली ! तिच्या आयुष्यात पहिल्यांदा तिने अंडे खाल्ले होते !

आमच्या मुळे ती पण बिचारी व्हेजिटेरियन !

शाळेचा शेवटचा दिवस, सर्व आदरणीय शिक्षकांना नमस्कार करुन आशीर्वाद घेतला...

मित्रांबरोबर गप्पा आणि आता परीक्षेनंतर भेटू या म्हणून निरोप शाळेचा !

सतीश इंदापूरकर,
पुणे

आनंदाने घरी पोहोचलो तर पीली आई झाली होती...

८/९ पील्ले तिला चिकटून पडलेली होती...

आईला विचारले...

आई म्हणाली तू शाळेत गेला अन लगेचच...

मी शाळेतून आलेला तिनं पाहिले होते...

पार गळून गेली होती!

ती फक्त आणि फक्त माझ्याच कडे पहात होती !

जवळ जावे का न जावे असा विचार चालु असतानाच...

आई दूध घेऊन आली, मला म्हणाली पीलीने काहीच खाल्ले नाही !

तुझ्याकडून दूध घेते का पहा !

तिचे डोळे माझ्या कडेच होते !

मी दूध घेऊन पिलिकडे गेलो...

तीने कसेबसे थोडेसे दूध पीले !

मी तिच्या पाठीवरुन हात फिरवत होतो,तिची नजर आश्वासक झाली !

पाठीवर हात फिरवत असतानाच ती शांत झाली होती ...

काही काही घटना...

काहीही झाले तरी...

विसरायच्या नसतात...

भावना जेव्हा असंवेदनशील होण्यासाठी वेठीस धरतात...

तेव्हा अशी एखादी पिली आठवावी...

***

चला काही तरी शिकूया

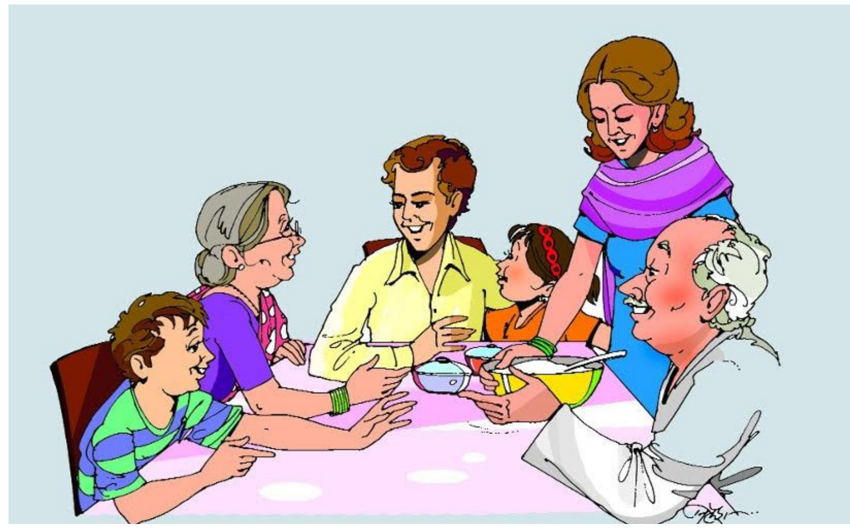
ज्योतिर्मय 📖 साहित्य

परवाच एक अत्यंत साध जीवन जगणारा, अनेकांत असणारा, असा पंचाहत्तरीतला एक भला माणूस आपल्यातून गेला. अनेकांत असणारा म्हणजे अनेकांना अनेक कामात मदत करणारा, निस्वार्थीपणे अनेकांना हवी ती मदत करणारा असा हा सदाचारी माणूस गेला तो अनेकांना दुखः देऊन !

या वयाचे असणाऱ्या अनेक व्यक्ती आता आपला निरोप घेत आहेत. आपल्या अगदी मना विरुद्धच ! काही माणसं हवीहवीशी वाटणारी असतात. साधारण पंचाहत्तरीत असलेले लोकांना अनेक संस्कार त्यांच्या आईवडिलां कडून त्यांना मिळालेले होते. तो जमाना ही सत्शील, समाधानी, सदाचारी, संस्कारमय, परोपकारी, स्वाभिमान जपणारी, प्रामाणिक, साधे जीवन जगणारे, इतरांना प्रेरणा घेता येईल असे चारित्र्यसंपन्न अशी माणसं मागच्या पिढीत होती, किंवा ही माणसं पाहिली, किंबहुना अनुभवली असं म्हणतो. माझच उदाहरण घ्या ना. मी आता साठी पार केली आहे. मी माझ्या आजीआजोबांना पाहिले, अनुभवले आहे. किती ती पिढी संस्कारक्षम होती. ह्या पिढीने कितीतरी गोष्टी सांगितल्या शिकविल्या. त्यांच्या आचरणातून अनेक गोष्टी जवळून पाहता आल्या अनुभवता आल्या.

या पिढीने आपल्याच घरातील मुलांना संस्कार दिले असे नाही जवळपास राहणाऱ्या असंख्य लहानग्यांना ही दिले. कर्तृत्व, नेतृत्व, दातृत्व, मातृत्व, या गोष्टी त्यांनी आपल्या आचरणातून सहज शिकविल्या. आल्या अतिथ्या मुठभर देण्या। मागे पुढती पाहू नको ।। ही पंक्ती त्यांनी आपल्या अनुसरणातून इतरांना ही शिकविली. कर्ज न काढता ही सण उत्सव समारंभ, विवाह साजरे करता येतात हे या पिढीने शिकविले. पैसा नसला तरी घरची त्यावेळची अन्नपूर्णा, आहे त्यात सर्व काही व्यवस्थित करत होती. त्या पिढीच्या पुढल्या पिढीत म्हणजे आपल्या आईवडिलांना हे सहज शिकता आले.अंथरूण पाहून पाय पसरावेत ही म्हण यांच्या मुळे आपल्या पिढीला समजली. कष्टाची भाकरी कशी चांगली असते हे या पुढच्या पिढीकडून शिकायला मिळाले.

आता सारखी विभक्त कुटुंबे तेव्हा नव्हती. जवळजवळ सर्व कुटुंबे ही एकत्र कुटुंब होती. घरातील वयस्क यांच्या मार्गदर्शनाखाली घर चालायचं. विविध कामांची वाटणी भावंडात होत असे. सुनांना ही घरची कामे वाटून दिली जायची. ही कामे घरातील सर्व बायका मिळून मिसळून करत असल्याने, पाणवठ्यावर पाण्याला जाता येता,तिथं धुणे धुता धुता त्यांच आऊटलेट आपोआपच होत असे. त्यामुळे त्यांच्या मनात काही साचत नसल्याने त्या आतून बाहेरून मोकळ्या असायच्या. दुपारच्या वेळी धान्य पाखडता पाखडता सगळ्या गोष्टींचा निपटारा व्हायचा. तसेच घरातील मुलींना सुध्दा कपडे धुणे, पाणी



भरणे, झाडणं लोटणं करणे, सडा रांगोळी कळणे, ही कामे दिली जायची. आई काकूंच्या चार दिवस जेव्हा सुट्टी असायची तेव्हा सर्व स्वयंपाक चार दिवस मुलींनाच करावा लागे. तेव्हा काही पोळीवाली मावशी किंवा झाडणं पुसण्यासाठी मावशी कामाला ठेवण्याची पध्दत नव्हती. त्यामुळे अशा एकत्र कुटुंबात तरबेज झालेल्या मुली सासरी कुठल्याही कामात कमी पडत

दत्ता तरलगट्टी
मुक्त पत्रकार, पंढरपूर

नव्हत्या. हल्लीच्या मुली कामे घरात पहिल्या पासून कमी करतात. अशा घरात सर्वजणी एकत्र मिळून मिसळून त्या घरची कामे करायच्या.म्हातार्या बाईचा (आजीबाईचा) शब्द कुणी मोडत नसायचे. प्रसंगी आजोबाही म्हणत ती म्हणतेय तसं करा. पुरुषसत्ताक पध्दती असली तरी मोठ्याआईचा मान राखला जात होता. आपण निर्मिलेले काहीही वाया घालवायचं नाही यावर कटाक्ष असायचा. अहो उन्हाळ्यात पापड कुरडई करताना पातेल्याला उरलेले/चिकटलेले पिठ सुध्दा वाया न घालवता त्याचे सांडगे तोडले जायचे. अहो, कपडे धुतलेले पाणी, भांडी धुतलेले पाणी सुध्दा वाया न जावू देता एखाद्या शोषखड्यात सोडले जायचे. तिथे आळू, भोपळा, घोसावळी, यांचे वेल फोफावत असत. शिळंपाकं ही दुसऱ्या दिवशी खाल्लं जायचं (आवडीने). त्यावेळी चुलीवर बहुतांश स्वयंपाक होत असायचा गॅसची भानगड नव्हती. घरोघरी जर्मन भांड्यात खळखळ उखळणार्या दाळी आणि आमटीचा खमंग वास यायचा. शक्यतो ज्वारीच्या भाकरीच असायच्या. एखादी तोंडी लावायला भाजी असली की झाले. घरचं दुध दुभतं भरपूर असायचे.आता सारखे भेसळ दुध दुधाचे पदार्थ नसायचे.घरात कडवलेल्या घरच्या तुपाचा खमंग वास गल्लीभर घुमायचा. आताचे लोणी आणून घरी कडवलं तर घरात ही वास घुमत नाही.पण कुणी भिक्षेला आला तर मात्र नाही म्हटलं जात नव्हते. घरी सर्वच पाळीव प्राणी असल्याने मुक्या प्राण्यांवर दया करावी हे आपसूकच शिकायला मिळायचे.हे प्राणी आजीआजोबांचे फार लाडके असायचे. अशा कित्येक गोष्टी या पिढी कडून शिकायला मिळाल्या.

ही माणसं बोलकी होती. त्यामुळे त्यांच्या उतारवयात त्यांना कुणीतरी आपल्याशी बोलावं ही त्यांची माफक अपेक्षा असायची. एखाद्या वृध्दाश्रमात गेलात तर तिथल्या मंडळींना तुमच्याशी तुम्ही अनोळखी असलात तरी, किती बोलू अन् किती नको अस होतं. आताच्या शिकणार्या किंवा तरुण तुर्कांना त्यांच्या जवळ बसायला वेळच मिळत नाही. मग बोलण तर लांबच. अशा मुलांना किंवा आताच्या नातवंडांना सांगू ईच्छितो त्यांच्या जवळ असणाऱ्या शिदोरीवर यथेच्छ ताव मारा. ती तुम्हाला कैक दिवसांची आयुष्यभर पुरणारी ठरेल. तुम्ही समाधानाची ढेकर द्याल. नुसतेच जॉंब, मोबाईल, टिव्ही या जमान्यातील अबोल करणाऱ्या आणि साचून ठेवणार्या, गोष्टी मर्यादीत वापरून, खरे समाधानी आयुष्य मागच्या पिढी प्रमाणे जगा.ते शिकण्यासाठी त्यांच्या जवळ जरा बसा.

हल्ली माणसाचं आऊट लेटच (मनाचे) होत नाही म्हणतात. त्यामुळे अनेकांनी नको त्या गोष्टी केल्या.त्या पिढीला आऊटलेटच्या भरपूर जागा होत्या आणि हक्काच्या होत्या. मित्र होते, गावकरी होते, पारावरची मंडळी होती,लळा लावलेले प्राणी होते. ही लोकं मनात काही साचू देत नव्हते. लगेच ही लोक मोकळी होत होती. ह्यांची मने कायम हलकीच होती. आणखीन एक होतं ते म्हणजे ही लोक ताण घेतच नव्हती. आहे ते स्विकारत होती म्हणून ती ताण विरहीत व आनंदी समाधानी होती. हेच या पिढीकडून शिकायला पाहिजे. ही पिढी संपायच्या मार्गावर आहे. कारण काळ कोणी रोखू शकत नाही.तेव्हा त्यांच्या कडून शिकण्या सारख्या कैक गोष्टी शिकून घ्याव्यात. वेळ काढा नाही तर वेळ गेलेली असेल.म्हणून म्हणतो चला या पिढी कडून काही शिकून घेऊया !

मुमरी - उत्तर कर्नाटक खासियत

ज्योतिर्मय 📖 साहित्य

कर्नाटक, केरळ किंवा समुद्र किनारा म्हटला की नारळाची झाडे, भातशेती आलीच. म्हणजेच तिथले मुख्य पीक म्हणजे तांदूळ, आणि नारळ हे तर नक्कीच. म्हणजेच याच्यापासून बनवलेले असंख्य पदार्थ. गोड, तिखट, खारे, आंबवलेले सुगरणी बनवत असतात. यांपैकीच मुमरी हासुद्धा एक सुरेख पोटभरीचा पदार्थ आहे. काही ठिकाणी याला आखी रोटी असेही म्हणतात. ही थोडीशी आपल्याकडील थालीपीठाच्या प्रकारात येते. काही ठिकाणी थोड्या कडक बनवतात तर काही लोकांना सॉफ्ट आवडते. पाहूया मग ..

साहित्य :

१ मोठी वाटी तांदूळाचे पीठ, १ वाटी खवलेला नारळ, १ वाटी मध्यम चिरलेला कांदा, २..३ चमचे बटर किंवा लोणी किंवा तूप, १ चमचा मिरे, १ चमचा बारीक चिरलेली मिरची, १ वाटी बारीक चिरलेली कोथिंबीर, चवीनुसार मिठ

कृती :

सर्वांत आधी मोठा बाउल घेऊन त्यात तांदुळाचे पीठ घालावे, मग त्यात मिरे जाडसर ठेचून घालावेत. नंतर त्यामध्ये खवलेला नारळ, कांदा, कोथिंबीर, मिरची घालून २ चमचे बटर किंवा लोणी घालावे व चवीनुसार मिठ घालून छान मिक्स करून घ्यावे, आता लागेल तसे पाणी घालून थोडेसे सैलसर पीठ भिजवुन साधारण २० ते ३० मिनिटे झाकून ठेवावे .म्हणजे पीठ मस्त भिजते, मुरते आणि मस्त टेस्टी आणि पाहिजे तशा मस्त मुमरी बनतात .

आता पीठ मस्त भिजलेले असेल ते खोल डावाने एकजीव करावे. गॅसवर तवा गरम करण्यासाठी ठेवावा . त्याला बटर किंवा तूप लावून त्यावर हे पीठ डावाने घालून हलकेच गोलाकार पसरावे, हे जाडसर ठेवले तर सॉफ्ट मुमरी बनतात, एकदम पातळ पसरले तर कडक मुमरी बनतात, त्यावर बोटांनी छिद्र पाडून त्यात तूप किंवा बटर घालावे म्हणजे सुरेख ,स्वादिष्ट मुमरी बनतात, आता मध्यम गॅसवर २..३ मिनिटे ठेवून उलथण्याने ते उलथावे व दुसऱ्या बाजूनेही गुलाबी तांबूस रंग येईपर्यन्त् मस्त भाजावे.

आता आपली गरमगरम मुमरी खाण्यासाठी तयार आहे . ही मस्त सर्व्हिंग डिश मध्ये काढून चटणी, सॉस सोबत सर्व्ह करावी .

वैशिष्ट्य :

ही मुमरी नाश्त्याला, मधल्यावेळेला खाण्यासाठी किंवा रात्रीच्यावेळी पूर्ण जेवण बनवण्याचा, खाण्याचा कधी कंटाळा येतो, अशावेळी बनवण्यासाठी आणि खाण्यासाठी अतिशय उत्तम असा हा पदार्थ आहे, यात आवडत असेल तर सिमला मिरची, गाजर, कॉर्न, मटार यासारख्या आवडतील त्या भाज्याही घालून आपण याचे पोषणमूल्य अजून वाढवू शकतो, बटर, चीज मुलांना आवडतेच, पण ज्यांना भाज्या आवडतं नसतील तरीही यातून ते नक्कीच आवडीने खातील, आवडत असेल तर रंगासाठी हळद, ओली हळदसुद्धा घालावी.

स्वा. सावरकर कर्मचारी सहकारी पतसंस्थेच्या अध्यक्षपदी डॉ. लक्ष्मीकांत बाहेगव्हाणकर

उपाध्यक्षपदी सचिन सानप, सचिवपदी शशिकांत पसारकर बिनविरोध

ज्योतिर्मय 📖 साहित्य

बीड – येथील स्वा. सावरकर कर्मचारी सहकारी पतसंस्थेची संचालक मंडळाची निवडणूक २०२५-३० बिनविरोध संपन्न झाली. नवनिर्वाचित संचालकांनी नूतन पदाधिकाऱ्यांची निवड बिनविरोध केली. अध्यक्षपदी डॉ लक्ष्मीकांत बाहेगव्हाणकर, उपाध्यक्षपदी सचिन सानप, तर सचिव पदी प्रा. शशिकांत पसारकर यांची निवड करण्यात आली.

सावरकर पतसंस्थेच्या नवनिर्वाचित संचालक मंडळाची बैठक निवडणूक निर्णय अधिकारी सुनील जाधव यांच्या उपस्थितीत दि २३/३/२५ रोजी संपन्न झाली . सर्व संचालकांनी अध्यक्ष, उपाध्यक्ष, सचिव पदाची निवडणूक बिनविरोध करण्याचे जाहीर केले. अध्यक्षपदी सावरकर महाविद्यालयाचे उपप्राचार्य डॉ. लक्ष्मीकांत बाहेगव्हाणकर, उपाध्यक्षपदी प्राथमिक विद्यालयाचे सचिन सानप, सचिवपदी सावरकर उच्च माध्यमिक विद्यालयाचे प्रा शशिकांत पसारकर, यांची बिनविरोध निवड झाली. त्यानंतर झालेल्या संचालक मंडळाच्या बैठकीमध्ये कोषाध्यक्षपदी उमेश जगताप, सहसचिवपदी प्रा.डॉ. रूपाली कुलकर्णी यांची निवड करण्यात आली. या बैठकीला नवनिर्वाचित संचालक प्रा डॉ. रमेश खंडागळे, प्रा संजय काळे, शरद ढवळे, सत्यवान गिरी, विनायक कुलकर्णी, यांची उपस्थिती होती. बैठकीनंतर पतसंस्थेचे मार्गदर्शक संस्थेचे मुख्य प्रशासकीय अधिकारी प्राध्यापक चंद्रकांत मुळे यांनी सर्व पदाधिकारी व नवनिर्वाचित संचालकांचा सत्कार करून पुढील कार्यास शुभेच्छा दिल्या. यापुढेही सभासदांना केंद्र बिंदू मानून त्यांच्या हितासाठी पतसंस्था कार्य करेल अशी प्रतिक्रिया सर्व नव निर्वाचित पदाधिकाऱ्यांनी व्यक्त केली.

वणवे रोखा निसर्गसंपदा वाचवा !

उन्हाळा जसा तापू लागतो तसे वन खात्याच्या जंगलांना आगी लागण्याच्या घटनात वाढ होते. आताही राज्यात कोठेणा कोठे वन खात्याच्या जंगलांना आगी लागून वणवे पेटल्याच्या बातम्या वर्तमान पत्रात वाचायला मिळतात. काही वेळा या आगी वेळीच आटोक्यात येतात पण बऱ्याचदा या आगी वेळीच आटोक्यात न आल्याने त्या रौद्र रूप धारण करतात आणि त्याचे रूपांतर मोठ्या वणव्यात होते आणि त्यात बहुमोल अशी निसर्ग संपदा जळून खाक होते. दोन वर्षापूर्वी गोव्यातील महादयी वन्यजीव अभयारण्याला भीषण आग लागली होती. जगातील आठ जैवविविधता हॉटस्पॉट पैकी एक असलेल्या पश्चिम घाटाचा हा विस्तिर्ण भाग गोव्याच्या इतिहासातील सर्वात भीषण आगीमुळे उध्वस्त झाला होता. मागील वर्षी पुणे जिल्ह्यातील वन खात्याच्या जंगलातही वणवे पेटण्याच्या अनेक घटना घडल्या त्यात शेकडो एकर जंगलातील बहुमोल अशी निर्गसंपदा जळून खाक झाली होती. वणवा पेटला की त्यात निसर्गाची कधीही न भरून येणारी हानी होते. साधारणतः उन्हाळ्यात या आगी लागतात आणि वणव्यांमुळेच या आगी लागतात. सामान्यतः सदाहरित जंगलांमध्ये आगी लागत नाही आग लागली तरी ती आपोआप विझतेही मात्र जोराने वारे वाहत असतील तर आग लवकर विझत नाही उलट ती आणखी वाढते. वनांमध्ये वाळलेले लाकूड, पाने, गवत असे अनेक घटक ठिणगीच्या संपर्कात येताच आग भडकते. मग झाडे पेट घेतात आणि मग मोठ्या वेगाने हा वणवा सर्वत्र पसरतो. डोंगराळ भागाचा भूगोल आणि भूरचना जटिल असल्यामुळेही वणवे विझवण्यात अनेकदा अडथळे येतात. गोव्यात तेच झाले. दुर्गम परिसर आणि खडे चढण यामुळे तेथील आग विझवण्यात अडचण आल्याचे सांगितले गेले. अर्थात जंगलांना आगी लागण्याच्या या घटना नव्याही नाहीत. गेल्या काही वर्षात वणवे लागण्याचे प्रमाण ज्याप्रकारे वेगाने वाढत आहे तो एक नव्या संकटाचा इशारा आहे. नैसर्गिक कारणामुळे जंगलांना वणवे लागण्याच्या घटना तर घडतातातच पण मानवनिर्मित वणवे लागण्याचा घटनांची संख्याही प्रचंड आहे. दरवर्षी उन्हाळा आला की जंगलांना आग लागण्याच्या घटना घडतात आणि त्यात बहुमोल अशी निसर्गसंपदा नष्ट होते केवळ जंगलांनाच नाही तर डोंगर, पर्वत, टेकड्यांवरील वृक्ष, वेली देखील या वनव्यांनी नष्ट होतात. विविध महापालिका, नगरपालिका, जिल्हापरिषदा, ग्रामपंचायती, राज्य व केंद्र शासन, राजकीय, सामाजिक व सेवाभावी संघटना पावसाळ्यात वृक्षारोपण करतात. पावसाळ्यानंतरही ही वनसंपदा जतन करण्यासाठी या संघटना रोपट्यांना पाणी घालून ते वाढवतात. गाई, गुरे, बकऱ्यांपासून त्यांना जपतात. मात्र उन्हाळ्यात ठिकठिकाणी वणवे लागून व काही समाजकंटकामार्फत वणवे लावून वर्षानुवर्षे वाढवली गेलेली ही बहुमोल निसर्गसंपदा आगीच्या भक्ष्यस्थानी पडत असते. उन्हाळ्यात लागणारे हे वणवे नैसर्गिक असल्याचे भासवले जाते पण हे यातील बरेचसे वणवे मानवनिर्मितच असतात हे उघड सत्य आहे. काही समाजकंटक जाणीवपूर्वक शहराजवळच्या डोंगरावरील हिरवाईला वणवे लावून ती नष्ट करतात. चराई करिता चांगले गवत यावे या हेतूने हे वणवे लावले जातात. (आग लागल्यावर चांगले व भरपूर गवत उगवते हा त्या मागचा उद्देश असतो.) लाकूडफाटा, कोळसा मिळवण्यासाठी तसेच शेती व शिकारीसाठी जमीन तयार करण्यासाठी या बहुमोल निसर्ग संपदेला आगी लावल्या जातात. या आगीत वृक्ष, वनस्पती, वन्य जीवांची हानी, स्थलांतर यामुळे जे नुकसान होत असते त्याची भरपाई होण्यास खूप वर्षाचा कालावधी जातो. निसर्गाची अपरिमित हानी होते. या आगीमुळे पर्यावर्णाची हानी तर होतेच पण कार्बनडायऑक्साईडही वातावरणात वाढतो त्यामुळे पृथ्वीचे तापमान वाढते. एकूणच झाडांना लावल्या जाणाऱ्या या आगी म्हणजे राष्ट्रीय हानी आहे. असे असतानाही या मानवनिर्मित वणव्यांकडे केंद्र व राज्याचे वने आणि पर्यावरण खाते, पोलिसखाते दुर्लक्ष करीत असतात. आगी लावणाऱ्या या समाजकंटकांवर पोलीस तसेच प्रशासन कोणतीही कारवाई करीत नाही त्यामुळेच वणव्यांच्या घटनांत वाढ होताना दिसत आहे. काही भ्रष्ट कर्मचारी आणि अधिकारी यांच्यामुळे निसर्गाची कधीही भरून न निघणारी हानी होत आहे, म्हणूनच सरकारने या वणव्यांची गांभीर्याने दखल घ्यायला हवी. वणवे लावून पर्यावरणाची हानी करणाऱ्या समाजकंटकांवर कठोर कारवाई व्हायला हवी. वणव्यांमुळे पर्यावरणाची होणारी हानी टाळायची असेल तर मानवनिर्मित वणवे रोखायलाच हवे.

***

श्याम ठाणेदार
दौंड जिल्हा पुणे
९९२२५४६२९५

हे जरनल संपादक व प्रकाशक संजय व्यापारी यांनी १०१, सी विंग, सिल्व्हर स्पेस सोसायटी, विशाल नगर, पिंपळे निलख, पुणे-४११००१ (महाराष्ट्र) येथून प्रकाशित केले. (पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जबाबदारी यांची आहे.
या अंकात प्रसिद्ध झालेल्या प्रत्येक बातमी, लेख व जाहिरातींशी संपादक सहमत असतीलच असे नाही. सर्व वाद पुणे न्यायालयाच्या कक्षेत) E-mail-jyotirmaysahitya@gmail.com, Mob. 7743918559